

北品川ゆうゆうプラザ 事業のお知らせ

★多世代交流事業に未就学児や小学校低学年のお子様をご参加する場合は、必ず保護者の方と一緒に申込み・ご参加ください。

多世代交流 折り紙サロン

大好評の折り紙サロン！(*^▽^*)
今回は、可愛いハートの作品を作りましょう。

日時:8月5日(火) 14:00~15:30
会場:レクリエーション室① 定員:20名程度
対象:品川区民の方
費用:無料 申込:不要



多世代交流 きたしな歌声クラブ♪

ピアノの伴奏に合わせ、童謡や唱歌などを一緒に歌いましょう♪

日時:8月30日(土) 11:15~12:00
会場:レクリエーション室① 定員:30名程度
対象:品川区民の方 講師:藍沢 晶子氏
参加費:無料 申込:不要



多世代交流 eスポーツで遊ぼう！

ボウリングなどのスポーツ、脳トレ、すごろくゲームなど多数ご用意しております。職員も一緒にプレイするので、初めての方も安心してご参加いただけます。お気軽にお越しください！

日時:8月3日・10日・17日・24日・31日(日)
毎週日曜日 10:00~11:30

会場:1階 地域交流スペース他
定員:15名程度 対象:品川区民の方
費用:無料 申込:不要

8月11日(月・祝)も
開催します!!



60歳以上 パソコンサロン

講師からパソコンで役立つ話をみんなで楽しく学びます。後半は自由時間。「やってみたいこと」や「挑戦したいこと」を、それぞれのペースで皆さんお話ししながら進められます。交流しながら学び合いましょ♪

日時:8月13日(水)10:30~12:00
(毎月第2水曜日開催予定)

会場:コミュニティ室① 定員:10名程度
講師:清水 敬之氏(シニア情報生活アドバイザー)
対象:60歳以上の品川区民の方 費用:無料 申込:不要
持ち物:パソコン

みんなで楽しく
学びましょう!



60歳以上 スマホ講座-Wi-Fiを知ろう-Zoom配信あり

よく聞くことも多いWi-Fi(ワイファイ)ってどんなもの?
どう使ったら使えるの?等々気になるWi-Fiのお話をします。

日時:8月27日(水) 14:00~15:30
会場:レクリエーション室①
定員:20名程度 対象:60歳以上の品川区民の方
費用:無料 申込:不要

※Zoomでの参加希望者はメールでお申込みください。
メール:yuyu-kitashinagawa@foryou.or.jp



北品川ゆうゆうプラザ ホームページ

北品川ゆうゆうプラザ 検索

広報誌「きたしなだより」やイベントのお知らせをホームページで簡単にチェックできます!北品川ゆうゆうプラザと検索バーに入力して、詳しい情報をご覧ください!
※1面右上のQRコードからもご覧いただけます。

多世代交流 きたしなシネマ館&ナイトシネマ館

上映予定の作品はプラザへご確認ください。

日時:8月3日・17日(日) 14:00~16:00
8月29日(金)17:00~19:00
会場:レクリエーション室① 定員:30名程度
対象:品川区民の方 費用:無料 申込:不要



多世代交流 編み物サロン

おしゃべりしながら、一緒に編み物を楽しみましょう♪
8月は、テーマを設定せず、ご自分の好きな作品を作りましょう

日時:8月8日・22日(金) 10:00~11:30

会場:レクリエーション室②
定員:10名程度 対象:品川区民の方
持ち物:毛糸、かぎ針
費用:無料 申込:不要



多世代交流 電子ピアノ体験会

大人気の電子ピアノ体験会♪
講師とマンツーマンで、ピアノを30分間体験できます。

日時:9月13日・27日(土)
①14:00~14:30 ②14:30~15:00
③15:00~15:30 ④15:30~16:00
会場:レクリエーション室② 定員:各日4名(抽選)
講師:藍沢 晶子氏 対象:品川区民の方 費用:無料
申込方法:直接来館またはお電話にて
申込期間:8月5日(火)~8月29日(金)まで
抽選日:9月1日(月)
※当選者の方のみお電話でご連絡いたします



60歳以上 きたしな脳トレ

穴埋め問題や、小銭計算などで脳を活性化させましょう!

日時:8月16日(土) 14:00~15:00
会場:レクリエーション室① 定員:20名程度
対象:60歳以上の品川区民の方
費用:無料 申込:不要



60歳以上 北品川地域ミニデイ

体操やレクリエーション活動などを行い、
日常生活に必要な機能訓練を行います。

事前相談が必要となりますので、
下記連絡先までお問合せください

- ・一人での外出が減ってきた
- ・転ぶことが増えてきた
- ・飲み込むときにむせることがある
- ・心身の不安が増えてきた



日時:毎週火曜日 9:30~11:00
(9:00受付開始、9:30~プログラム開始)
会場:レクリエーション室①
講師:篠 達雄氏(介護予防運動指導員)
参加費:無料(交流会などを開催する場合は、
実費負担をいただく場合がございます。)

【お問合せ先】
北品川ゆうゆうプラザ
電話:03-3472-7260 FAX:03-3472-7261
品川区台陽在宅介護支援センター
電話:03-5479-8593 FAX:03-5479-8294

品川区立北品川高齢者多世代交流支援施設

令和7年 7月25日発行

北品川ゆうゆうプラザ きたしなだより 8月号



夏休み企画 ひまわりのリース作り

たくさんのリボンをつけて、可愛くて元気なひまわりのリースを作りましょう!

日時:8月2日(土)・4日(月) 14:00~15:30
会場:コミュニティ室① 定員:各回8名(抽選)
対象:品川区民の方 参加費:250円(材料費)
持ち物:はさみ、木工用ボンド、両面テープ、お持ち帰り用袋
申込方法:直接来館またはお電話にて
申込期間:7月14日(月)~7月30日(水)まで
抽選日:7月31日(木)
※当選者の方のみお電話でご連絡いたします

薬膳サロン ~薬膳しょうゆ作り~

食欲が落ちやすい夏の時期には、エネルギーアップできる薬膳食材を用いたしょうゆがおすすめです!
暑い夏を、手作り薬膳しょうゆで乗り切りましょう!

日時:8月19日(火) 14:00~15:30
会場:コミュニティ室① 定員:6名(抽選)
対象:品川区民の方 参加費:400円(材料費)
持ち物:エプロン、三角巾、ハンドタオル、お持ち帰り用袋
申込方法:直接来館またはお電話にて
申込期間:7月25日(金)~8月7日(木)
抽選日:8月8日(金)
※当選者の方のみお電話でご連絡いたします
アレルギー:しょうゆ、にんにく、しょうが、なつめ、
クコの実、豆腐、薬味等

みんなで押し花を楽しもう~まごころハガキ作り~

大好評につき、2回目の開催です!大人も子どもも参加可能♪
押し花で素敵なハガキを作りましょう!~/

日時:8月31日(日)
①10:30~11:30 ②14:00~15:00
会場:レクリエーション室① 定員:各回10名(抽選)
対象:品川区民の方 参加費:300円(材料費)
講師:伊藤 志鶴子氏
申込方法:直接来館またはお電話にて
申込期間:8月4日(月)~8月20日(水)
抽選日:8月22日(金)
※当選者の方のみお電話でご連絡いたします



夏休み企画 スライムで遊ぼう

いろいろな形に変化するスライムを作ってみませんか?
指先を使い、感覚を刺激することで、脳の活性化にも繋がります。

日時:8月17日(日) 14:00~15:30
会場:レクリエーション室② 定員:10名(抽選)
対象:品川区民の方 *お子様のご参加、大歓迎!
参加費:無料 持ち物:なし
申込方法:直接来館またはお電話にて
申込期間:7月27日(日)~8月8日(金)
抽選日:8月10日(日)
※当選者の方のみお電話でご連絡いたします



夏休み企画 アロマ消臭剤&虫よけスプレー

保冷剤をかわいく飾り付けて、アロマ消臭剤を作ります。また、シンプルな材料3つで、夏に役立つ虫よけスプレーを作りましょう!
多世代でご参加いただけます!

日時:8月24日(日)①10:00~11:30 ②14:00~15:30
会場:レクリエーション室② 定員:各回6名(抽選)
対象:品川区民の方 参加費:430円(材料費)
持ち物:お持ち帰り用袋
申込方法:直接来館またはお電話にて
申込期間:7月31日(木)~8月14日(木)
抽選日:8月16日(土)
※当選者の方のみお電話でご連絡いたします
虫よけスプレー材料:無水エタノール、精油、精製水



特別講座:補聴器・聞こえ(難聴)について 正しく知ろう!

ご自身やご家族に、聞こえに問題がある方は、いらっしゃいませんか?
本講座では、補聴器の専門家の方より補聴器・聞こえ(難聴)について講義をいただきます。多世代でご参加頂けます!

日時:8月26日(火)15:00~16:30
会場:レクリエーション室①
定員:30名程度(先着)
対象:品川区民の方
講師:井田 亮平氏
参加費:無料
申込方法:7月27日(日)~直接来館またはお電話にて



お問い合わせはこちらまで
品川区立北品川高齢者多世代交流支援施設 北品川ゆうゆうプラザ(指定管理者:社会福祉法人 奉優会)
住所:〒140-0001 品川区北品川1-29-12 京浜急行線 北品川駅 徒歩6分 電話:03-3472-7260 FAX:03-3472-7261
開館時間:9:00~21:30(日曜・祝日は17:00まで)
休館日:年末年始(12月29日~1月3日)※施設点検のため年末年始以外にも臨時休館する場合があります。

北品川ゆうゆうプラザ8月カレンダー

*8月のマッサージサービスはありません。

入浴サービスについて

火曜日・木曜日：女性
水曜日・金曜日：男性
定員：3名
利用時間：12:00～16:00
受付時間：11:45～15:30
※11:45の時点で4名以上がお待ちの場合は、
くじ引きで順番を決めます。
※シャンプーやボディソープ、バスタオル等をご持参ください。



1 (金) 男性入浴	2 (土)
いきいきストレッチ&リズム体操 14:00～15:00 キャンセル待ち	フォーユー体操 13:15～13:45 申込不要
	ひまわりのリース作り 14:00～15:30 申込制 抽選
3 (日)	4 (月)
eスポーツで遊ぼう! 10:00～11:30 申込不要	フォーユー体操 13:15～13:45 申込不要
きたしなシネマ館 14:00～16:00 申込不要	100歳まで元気!健康教室 14:00～15:00 キャンセル待ち
健康増進室は使用できません。 17:00閉館	ひまわりのリース作り 14:00～15:30 申込制 抽選
10 (日)	11 (月) 山の日
eスポーツで遊ぼう! 10:00～11:30 申込不要	eスポーツで遊ぼう! 10:00～11:30 申込不要
健康増進室は使用できません。 17:00閉館	フォーユー体操 13:15～13:45 申込不要
	健康増進室は使用できません。 17:00閉館
17 (日)	18 (月)
eスポーツで遊ぼう! 10:00～11:30 申込不要	フォーユー体操 13:15～13:45 申込不要
きたしなシネマ館 14:00～16:00 申込不要	100歳まで元気!健康教室 14:00～15:00 キャンセル待ち
スライムで遊ぼう 14:00～15:30 申込制 抽選	
健康増進室は使用できません。 17:00閉館	
24 (日)	25 (月)
eスポーツで遊ぼう! 10:00～11:30 申込不要	フォーユー体操 13:15～13:45 申込不要
アロマ消臭剤&虫よけスプレー 10:00～11:30 14:00～15:30 申込制 抽選	
健康増進室は使用できません。 17:00閉館	
31 (日)	多世代交流 みんなでぬりえサロン
eスポーツで遊ぼう! 10:00～11:30 申込不要	日時:8月6日・20日(水) 10:00～11:30 会場:レクリエーション室② 定員:10名程度 対象:品川区民の方 費用:無料 申込:不要
みんなで押し花を楽しもう 10:30～11:30 14:00～15:00 申込制 抽選	
健康増進室は使用できません。 17:00閉館	
3 (日)	北品川カフェ
eスポーツで遊ぼう! 10:00～11:30 申込不要	日時:8月6日・20日(水) 14:00～16:00(13:30開場) 会場:レクリエーション室① 定員:30名程度 対象:品川区民の方 費用:無料 申込:不要 協同:品川寿会・北品川ゆうゆうプラザ
きたしなシネマ館 14:00～16:00 申込不要	
健康増進室は使用できません。 17:00閉館	
10 (日)	囲碁将棋サロン
eスポーツで遊ぼう! 10:00～11:30 申込不要	日時:毎週木曜日 9:00～16:30 会場:レクリエーション室② 定員:10名程度 対象:品川区民の方 費用:無料 申込:不要 ※混雑した場合は譲り合って ご利用ください
きたしなシネマ館 14:00～16:00 申込不要	
健康増進室は使用できません。 17:00閉館	
17 (日)	60歳以上
eスポーツで遊ぼう! 10:00～11:30 申込不要	毎週2回開催している30分の体操です♪ プラザ職員と一緒に楽しく身体を動かしましょう!
きたしなシネマ館 14:00～16:00 申込不要	日時:毎週月・土曜日 13:15～13:45 会場:レクリエーション室①他 定員:20名程度 対象:60歳以上の品川区民の方 費用:無料 申込:不要
健康増進室は使用できません。 17:00閉館	
24 (日)	フォーユー体操
eスポーツで遊ぼう! 10:00～11:30 申込不要	水曜午後は、みんなでラジオ体操! 20分で心も体もリフレッシュしませんか? 見学も大歓迎です。
きたしなシネマ館 14:00～16:00 申込不要	日時:毎週水曜日 13:15～13:35 会場:コミュニティ室②他 定員:20名程度 対象:60歳以上の品川区民の方 費用:無料 申込:不要
健康増進室は使用できません。 17:00閉館	
31 (日)	ラジオ体操
eスポーツで遊ぼう! 10:00～11:30 申込不要	日時:毎週水曜日 13:15～13:35 会場:コミュニティ室②他 定員:20名程度 対象:60歳以上の品川区民の方 費用:無料 申込:不要
きたしなシネマ館 14:00～16:00 申込不要	
健康増進室は使用できません。 17:00閉館	